SADDHARMA

Tijdschrift over boeddhisme April 1983



In dit nummer:

- Psychotherapie en meditatie
- De weg naar de Kegon-filosofie
- Metta, karuna en St. Franciscus
- Lekenorde van Boeddha

Verder: Voorjaarsbijeenkomst Vrienden van het Boeddhisme
Uit de boeddhistische tijdschriften
Boeddhistisch nieuws
Waarom ik boeddhist ben

SADDHARMA - de Goede Leer - is het orgaan van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme. Het blad verschijnt viermaal per jaar. Losse nummers: f. 3,--.

Redactie: I. den Boer, Storm van 's-Gravesandeweg 75, 2242 JD Wassenaar.

De Stichting Vrienden van het Boeddhisme - tot 15 december 1978 genaamd Stichting Nederlands Boeddhistisch Centrum - werd opgericht op 8 november 1967. De stichting is:

- een ontmoetingsplaats voor alle vrienden van het boeddhisme;
- niet gebonden aan een boeddhistische school of groepering; de verschillende richtingen die het boeddhisme kent, komen in haar publikaties en op haar bijeenkomsten aan het woord;
- geen religieus genootschap in de engere zin van het woord.

De Stichting Vrienden van het Boeddhisme wil diegenen verenigen - welke levensovertuiging of welk geloof zij ook aanhangen - die op enigerlei wijze belangstellen in het boeddhisme of zich daarbij betrokken voelen.
Zij zijn als begunstiger van harte welkom.

Begunstigers ontvangen het tijdschrift Saddharma en brochures over onderwerpen die in het kader van het boeddhisme van belang zijn en die onder auspiciën van de stichting worden uitgegeven; zij hebben recht deel te nemen aan de landelijke lente- en herfstbijeenkomsten.

Tevens wil de stichting, onder meer door het in stand houden van een bibliotheek, fungeren als documentatiecentrum over het boeddhisme ten behoeve van begunstigers en andere belangstellenden.

Secretariaat: W.J. Roscam Abbing, Eperweg 49-18, 8072 DA Nunspeet.

Min. donatie 1983: f. 30,--. (Echtpaar f. 40,--, stud. f. 20,--).
Postgiro no. 1520022 t.n.v. penningmeester stichting Vrienden van het Boeddhisme, Nijmegen.

Brochures die nog aanwezig zijn:
Grondbeginselen van het boeddhisme, door Tonny Kurpershoek-Scherft,
Natuurbehoud en milieubeheer: metta en karuna, door Victor Westhoff,
Inzicht en uitzicht, twee opstellingen over Zen, door Leo Boer,
Boeddhisme en psychologie, door Rob Janssen,
Oosterse meditatie en westerse psychotherapie, door Ada Herpst.
Prijs (incl. porto) f. 5,-- per exemplaar.

Tevens verkrijgbaar: het boeddhistische insigne 'Wiel van de Leer', met het woord Dharma, verguld, als speld of broche.
Prijs (incl. porto) f. 17,50.

Bestellingen door overmaking van het bedrag op de postgirorekening van de penningmeester. Vermeldt s.v.p. duidelijk de titel van de gewenste brochure of het soort insigne (speld dan wel broche).

* *
*

SADDHARMA

15e jaargang | 4e aflevering | april 1983

****REDAKTIONEEL****

MEDITATIE EN FILOSOFIE

Het boeddhisme wordt gewoonlijk opgevat als een levenswijze, geen religie en nog minder een filosofie. ''Buddhism is not a religion, it's a way of life'' is een Engelse formule die menig Aziatisch boeddhist voor op de tong ligt.

Maar ''het'' boeddhisme bestaat natuurlijk niet. De eenvoudige woorden van de Boeddha zijn door de ruimdenkendheid en het aanpassingsvermogen van generaties van zijn volgelingen in vele landen ''vertaald'' in ontelbare vormen, die soms in de omgangstaal zeker religie of filosofie mogen heten.

Steeds zijn echter op de achtergrond het streven naar verlichting en de weg van meditatie aanwezig. In dit nummer van Saddharma komen twee van zulke vormen van ''vertaald'', aangepast boeddhisme ter sprake, een Westerse en een Oosterse.

De psychoterapeute Ada Herpst laat zien dat westerse psychotherapie effektief kan worden aangevuld met meditatie in boeddhistische trant. De experiëntiële therapie van de Amerikaan Rogers en de zen-meditatie ontmoeten elkaar.

Voorts komt de filosofische benadering van de werkelijkheid, die ook onder royale paraplu van het boeddhisme mogelijk is, aan de orde in een artikel dat een korte schets van de historische ontwikkeling geeft die leidde tot de Kegon-filosofie van Japan.

Hierin wordt teruggegrepen op een tekst, misschien uit de derde eeuw na Chr., die in het Westen nog weinig bekend is, de Avatamsaka-sutra, en dan in het bijzonder het laatste deel ervan, de Gandavyūha-sutra.

De kern van deze laatste sutra is het - niet gemakkelijk te bevatten - begrip voor de volmaakte onderlinge doordringing van alles in het heelal, waarin alles als het ware wordt weerkaatst in al het andere, zonder enige belemmering.

Wij verkeren hier in de ijle sfeer van het denken, waar het leven van alle dag geen zuurstof aan kan ontlenen om gaande te blijven. Toch is ook de Kegon-filosofie boeddhisme, gericht op het verkrijgen van inzicht in het bestaan zoals het werkelijk is.

**
*

PSYCHOTHERAPIE EN MEDITATIE KUNNEN ELKAAR AANVULLEN

door Ada Herpst

"Een zoeker der stilten ben ik, en welke schat heb ik in die stilten gevonden, die ik vol vertrouwen kan doorgeven?" (Kahlil Gibran).

De onderlinge samenhang van meditatie en psychotherapie en hun mogelijk samengaan worden in dit artikel aan een beschrijvend onderzoek onderworpen.

Het motief om juist deze twee stromingen te vergelijken heeft enerzijds te maken met mijn persoonlijke ontwikkeling. Het beoefenen van meditatie is voortgevloeid uit een intensieve psychotherapie die ik twaalf jaar geleden heb doorgemaakt en beide benaderingen hebben een ingrijpende invloed (gehad) op mijn leven en denken.

Een ander motief is het gegeven dat mensen met psychische spanningen zowel baat zoeken bij de meditatie als bij de psychotherapie. Het lijkt mij de moeite waard om na te gaan langs welke wegen beide stromingen een oplossing proberen aan te reiken.

Bij het zoeken naar de mogelijkheid van samengaan is het nadrukkelijk niét mijn bedoeling beide stromingen wederzijds aan elkaar aan te passen. Integendeel, gepoogd wordt beide methoden in hun eigenheid te laten bestaan en als zodanig te beschrijven. Van daaruit wordt dan bezien in hoeverre er overeenkomsten dan wel verschillen bestaan die een eventueel samengaan mogelijk maken.

Voor de beschrijving van meditatie richt ik mij op de zen-meditatie omdat ik met deze meditatievorm het meest vertrouwd ben.

Zen kan men typeren als de school van het boeddhisme die sterk gericht is op ervaring en weinig nadruk legt op leerstellingen, theoretische formuleringen en filosofieën. In zen worden theorieën opgevat als hindernissen voor de 'directe ervaring van de werkelijkheid', en zen wil de leerling datgene waar het in het boeddhisme om gaat, zelf aan den lijve laten ervaren. In dit proces dient de leerling alle houvast aan voorstellingen, ideeën, beelden, overtuigingen, kennis en dergelijke los te laten.

De nadruk ligt in zen dan ook op de praktijk van de meditatie. Zelf beoefen ik de Soto-zen, waarbij wordt geoefend met 'zazen', hetgeen

---

Drs. Ada Herpst is als psycholoog en psychotherapeut verbonden aan de Rijksuniversiteit Leiden en het Instituut voor multi-disciplinaire psychotherapie in Leiden. Zij begeleidt ook mensen bij zenmeditatie.

'zitten in meditatie' betekent. Deze meditatie geschiedt in volstrekte stilte. De leerling zit gedurende een bepaalde periode (25 à 40 minuten) in een speciale houding (liefst de lotuszit) en concentreert zich in de beginfase op de ademhaling. Op den duur is het de bedoeling om 'alleen-maar-te-zitten' (shikantaza) en dus als het ware volledig in het zitten op te gaan, met het zitten volledig één te worden.

Centraal in het boeddhisme staat de ervaring van verlichting (Japans 'satori') die de Boeddha ten deel is gevallen. In deze ervaring heeft de Boeddha de essentie en de eenheid van al het bestaande doorschouwd, een waarneming die een andere staat van bewustzijn vereist dan ons gebruikelijke dagelijkse bewustzijn.

In het zenboeddhisme bestaat de opvatting dat wat de Boeddha heeft ervaren, ook door anderen in dit aardse leven kan worden gerealiseerd. De hele praktijk van zen is er dan ook opgericht deze ervaring voor de leerling toegankelijk te maken. In Soto-zen wordt er van uitgegaan dat de verlichting in het zazen zelf reeds aanwezig is. Het zitten in meditatie bergt gaan ander doel in zich dan het zitten zelf: men zit om te zitten. Zó opgevat is het dan ook niet verwonderlijk dat uiteindelijk het hele leven meditatie kan zijn, want even goed als men zit te zitten, zo kan men ook lopen om te lopen, denken om te denken en de vaat wassen om de vaat te wassen.

Als motto staat boven dit artikel een citaat van Gibran over de 'schat in de stilte'.
Welke 'schat' schuilt er in de meditatie?

Het 'ontwaken tot de werkelijkheid', zoals de verlichting vaak wordt genoemd, blijkt een bijzonder vreugdevolle ervaring te zijn die de leerling in ongekende vrede en harmonie brengt met zichzelf. De mensen en dingen vallen op hun plaats en worden waargenomen 'te zijn zoals ze zijn'.

Los van de verlichting, maar wel behorend tot het proces van meditatie, zijn de zogenaamde 'vruchten' van meditatie. Het beoefenen van zazen heeft vaak positieve uitwerkingen. Dr. H.M.E. Lasalle, een christen die een grote bijdrage heeft geleverd aan de verbreiding van zen in Europa, noemt er vijf:

1. voor christenen treedt er verdieping op van het gebedsleven;
2. grotere concentratie;
3. bewaren van de innerlijke rust en de zelfbeheersing bij alle wederwaardigheden van het dagelijkse leven.
4. "De vierde vrucht bestaat hierin: dat lastige twijfels, psychische depressies, angst en andere storende gevoelens meer en meer verdwijnen".

5. "De vijfde vrucht is: innerlijke harmonie en vreugde, die een voortdurende tevredenheid scheppen en tot gevolg hebben dat men al het goede en schone als het ware met zijn hele Zijn geniet".

Een vergelijking van meditatie en psychotherapie met het oog op een mogelijk samengaan, wil ik maken aan de hand van een voorbeeld. De theoretische formuleringen die ik gebruik, zijn ontleend aan de zogenaamde experiëntiële traditie op basis van het werk van de Amerikaan C.R. Rogers. Naar mijn mening zijn theorieën slechts verwijzingen naar de werkelijkheid en elke theorie belicht andere aspecten van deze zelfde werkelijkheid.
De experiëntiële opvattingen bieden niet de enig mogelijke beschrijving van de verschijnselen. Er zijn zeker andere mogelijkheden, bijvoorbeeld de Jungiaanse benadering van het meditatieproces door Dürckheim. Ik kies voor de Rogeriaans-experiëntiële formulering omdat deze m.i. dicht bij de terminologie van de meditatie aansluit; bovendien ben ik er door mijn opleiding het meest mee vertrouwd.
Nog één kanttekening: hoewel ik geruime tijd als psychotherapeut werk, staat mijn ervaring met cliënten die tevens de meditatie beoefenen, nog in de kinderschoenen. De conclusies zijn dan ook voorlopig van aard.

De "grote leegte".

De cliënt zal ik Gerard noemen. Hij is een jongeman van 22 jaar die op het moment dat hij bij mij in therapie komt, al een jaar onder mijn leiding heeft gemediteerd. Hij heeft regelmatig terugkerende angsten dat hij door de meditatie psychotisch zal worden. Hij is bang voor het "grote onbekende", een soort "grote leegte". In deze angst wordt hij bevestigd door bepaalde ervaringen zoals bijvoorbeeld het zien van een lijk op zijn bed. Verder wordt hij erg gevoelig in zijn waarnemingen en belevenissen: de dingen dringen veel dieper tot hem door dan voorheen.
Hij wil de meditatie echter niet opgeven omdat zij hem, ondanks alles, toch rust geeft en bovendien flitsen van inzicht verschaft in zijn problematiek. Hij worstelt met het probleem van uiterst snelle irritatie en langdurige perioden van intense chagrijnigheid en teruggetrokkenheid.

Het is van belang om bij de aanmelding van Gerard wat langer stil te staan. Zoals gezegd is hij bang om psychotisch te worden.
Volgens J.M. van der Lans in zijn boek 'Religieuze ervaring en meditatie' worden door het samengaan in meditatie van diepe lichamelijke

ontspanning en naar binnen gerichte aandacht voorstellings- en herinneringsbeelden geactiveerd, terwijl de weerstand ertegen minimaal is. Deze verlaging van de verdringingsdrempel kan het psychisch evenwicht verstoren. Maar: "Over de contra-indicaties van (. . .) meditatiemethoden, zoals zen en transcendente meditatie, bestaat vooralsnog onduidelijkheid. Voorzichtigheid bij het therapeutisch toepassen ervan zonder deskundige contrôle lijkt dan ook geboden".

Het was dus zaak voor mij om af te tasten in hoeverre voor de angst van Gerard werkelijke aanleiding bestond. In de meditatieliteratuur wordt weinig gesproken over het gevaar van psychose, laat staan dat er richtlijnen zouden zijn ter voorkoming hiervan. Ik moest dus afgaan op eigen kennis en ervaring.

Navraag bij Gerard leidt tot de conclusie dat de waarneming van het lijk berust op 'pseudo-hallucinatie', dat wil zeggen het lijk wordt duidelijk als beeld waargenomen, maar hij heeft wel het besef dat het slechts een beeld betreft (in tegenstelling tot de psychose, waar de beelden werkelijkheidsgehalte krijgen).

Bovendien zijn de ervaringen waar hij over spreekt - zowel deze pseudo-hallucinatoire beleving als de geïntensiveerde waarneming - geen ongebruikelijke verschijnselen in de meditatie. Sterker nog, het ontstaan van deze verschijnselen, die 'makyo' worden genoemd, wordt in meditatie gezien als een teken dat het meditatieproces voortgang vindt.

Deze makyo kunnen zich niet alleen tijdens het zazen voordoen, maar ook daarbuiten en ze kunnen zowel positief als negatief van aard zijn. De makyo zijn lang niet altijd zo intensief en angstaanjagend als bij Gerard; vaak houden zij slechts beelden en figuren in die nauwelijks een emotionele reactie oproepen. (Niettemin is het raadzaam om niet zonder begeleiding te mediteren. In Nederland zijn voldoende ervaren en betrouwbare zenbegeleiders aanwezig).

In mijn overwegingen omtrent het gevaar van psychose heb ik tot nu toe twee aspecten betrokken: ten eerste het pseudo-hallucinatoire karakter van Gerards ervaring en ten tweede de opvatting dat deze ervaring tot een fase van het meditatie-proces behoort.

Verder kreeg ik de indruk dat bij hem sprake is van neurotische problematiek waarbij de angst voor onbekende ervaringen wordt 'vertaald' als angst om psychotisch te worden. Op grond van deze drie overwegingen leek de kans op psychose mij niet duidelijk aanwezig.

Met de gebruikelijke meditatie-instructie heb ik geprobeerd om Gerard te helpen.

Deze instructie houdt in dat de meditator niét met de aandacht aan de makyo (in zijn geval het lijk) mag hechten. Hij moet de makyo en de

eventueel bijbehorende emotionele reactie toelaten, deze dus niet verdringen of onderdrukken, maar ook weer loslaten. Een andere formulering hiervan luidt dat de meditator de makyo moet observeren, maar er zich niet door moet laten meeslepen.

De meditatie-instructie bleek Gerards angst echter niet te verminderen.

Mede op grond van zijn wens ook andere problematiek op te lossen, besloten wij tot een psychotherapeutische behandeling. Naast de therapie zette Gerard zijn meditatie bij mij voort.

Het aanbod van psychotherapie in aanvulling op de meditatie kan als volgt worden gemotiveerd. Duidelijk was dat Gerard erg bang was dat de meditatie-instructie niet hielp en dat hij toch de meditatie graag wilde voortzetten. De psychotherapie biedt andere mogelijkheden dan meditatie om met angst te leren omgaan en het leek mij de moeite waard deze weg te proberen.

In feite was dit de eerste keer dat ik een meditatieleerling psychotherapeutisch behandelde. De kennis over de relatie tussen meditatie en psychotherapie (zeker waar het een praktisch samengaan betreft) is echter vrij gering en allerhande vragen zoals: bij welke meditatieleerling kun je wel/niet psychotherapie toepassen, welke soort therapie, wanneer, en dergelijke zijn voorlopig niet te beantwoorden.

Zoekend naar de relatie tussen beide stromingen meen ik dat een aangrijpingspunt ligt voor hun samengaan in de uitspraak van W. Johnston over het meditatieproces: "Deze afdaling van de geest in zijn eigen diepten wordt nooit volbracht zonder veel pijn en angst". Over het algemeen zal deze pijn of angst in het meditatieproces zelf een oplossing vinden. Het proces van meditatie kent een geheel eigen kracht en voortgang en 'onderwijst' de leerling zelf hoe met de opgeroepen verschijnselen om te gaan.

In een enkel geval blijkt de angst of pijn echter te groot te zijn. Mijn veronderstelling is dat in die gevallen de psychotherapie te hulp kan worden geroepen. In therapie kan met de verwerking van de angst worden geholpen, waarna het meditatieproces weer voortgang kan vinden.

Concept en ervaring.

"Als je de Boeddha tegenkomt, verbrandt hem dan". Met deze beroemde uitspraak uit de zentraditie wordt uitdrukking gegeven aan de overtuiging dat het in meditatie gaat om ervaring en om niets anders dan ervaring. Geen beeld, geen concept of idee mag de directe ervaring in de weg staan.

C.G. Jung: "Boeddha zelf wordt vaak ten strengste afgewezen, ja bijna blasfemisch geminacht, ondanks dat - of wellicht juist omdat - hij de sterkste geestelijke vooronderstelling van de oefening zou kunnen zijn. Maar ook hij is nog beeld, en moet daarom afgewezen worden".

Het komt mij voor dat deze nadruk op ervaring, los van concepten en beelden, zowel één van de aantrekkelijke aspecten van zen betekent als een van de meest bedreigende. Aantrekkelijk omdat men niets hoeft te geloven of aan te nemen zoals in veel godsdiensten wel het geval is. Immers, elke leer en elke waarheid dient te worden getoetst aan de eigen ervaring, los van elk gezag, los ook van het gezag van de meester.

Bedreigend omdat het teruggeworpen zijn op eigen ervaring als eenzaam kan worden beleefd en omdat het verlies van rationeel houvast angst en onzekerheid kan oproepen. Bij Gerard is dit inderdaad het geval.

Meditatie tracht dus door de concepten heen te stoten naar de directe ervaring van de werkelijkheid. In die gevallen waar concepten dienen als afweer van emotionele beleving (rationalisatie) ligt het voor de hand dat bij afbraak van deze concepten allereerst de verdrongen of onderdrukte emotionele beleving naar voren zal komen. Naar mijn veronderstelling is dit bij veel Westerse leerlingen het geval.

Zo ook bij Gerard. Als gevolg van de meditatie worden zijn concepten (warrige filosofische redeneringen) afgebroken en maken zich bijzonder beangstigende ervaringen bij hem los. De afweerfunctie van de ratio is door de meditatie doorbroken en met de gevoelens (woede, verdriet) en de beelden (lijk) die dan ontstaan, weet hij geen raad. Gezien de mate van zijn angst lukt het hem niet om in de meditatie een oplossing te vinden.

Meditatie legt dus de nadruk op de directe ervaring van de werkelijkheid. Het blijkt dat eenzelfde doel wordt nagestreefd door de experiëntiële psychotherapie (in ruimer verband: de humanistische psychotherapie). "Complete openness to experience also describes the ideal outcome in client-centered therapy", aldus P.H. Pearson in het handboek voor Rogeriaanse therapie. Een ander aangrijpingspunt voor samengaan lijkt dus te liggen in deze gemeenschappelijke nadruk op openheid voor ervaring.

Omgang met beelden.

In de wijze waarop de openheid voor ervaring tot stand wordt gebracht, zijn enkele belangrijke verschillen tussen beide stromingen te

onderkennen. Ik beperk mij tot één verschilpunt dat aan de hand van de omgang met beelden wordt toegelicht.

De Rogeriaanse school staat in de psychotherapie bekend als de school die in het bijzonder aandacht heeft voor de noodzakelijke, door de therapeut te scheppen condities in de therapiesituatie. Dit betreft de empathie, echtheid en aanvaarding. Verder is in deze school uitvoerig het procesmatig verloop van psychotherapie aan de orde gekomen. Rogers heeft laten zien hoe de cliënt een proces doormaakt van losmaking uit starre, rigide patronen naar grotere openheid voor ervaring.

Later heeft E.T. Gendlin aangetoond hoe het op gang brengen en houden van het ervaringsproces de kern is van psychotherapie: ". . . We can now formulate the principle. Not to distract or digress from the experiential process of the client's concretely felt meanings, but to point to them, help him wrestle with them, carry them forward by our personal and exact response to them or inquiry concerning them - that is the principle.

De wijze waarop de therapeut dit doel tracht te bereiken, komt kort gezegd hierop neer dat binnen de drie condities allerlei interventies kunnen worden toegepast, mits deze het experientieel proces van cliënt op gang brengen of houden.

De aard van zulke interventies kan sterk variëren: het empathisch verwoorden van cliënts beleving, vragen stellen, verbanden leggen, confronteren, interpreteren, visualiseren, enz. De basis hiervan dient steeds te zijn "listening and responding to feeling".

Uitgaande van deze werkwijze heb ik gepoogd Gerards angst voor de beelden te verminderen.

Gepoogd wordt om de gevreesde ervaring (het 'zien' van het lijk) in de therapiesituatie opnieuw op te roepen. Dit gebeurt om twee redenen. Ten eerste uit de gedachte dat een ervaring die geheel wordt doorleefd, vanzelf zal overgaan in een andere ervaring.

Dit is het idee van de 'stream of experience': een mens maakt in zijn leven een eindeloze stroom van ervaringen mee die elkaar beurtelings opvolgen. Mits, en dit is heel belangrijk, de ervaring niet op enigerlei wijze geblokkeerd wordt.

En een van de oorzaken van blokkade is angst. Wanneer uit angst de ervaring niet volledig wordt toegelaten, stokt de stroom en treedt er fixatie op. Als remedie wordt gezien de herbeleving van de ervaring in de therapiesituatie waarbij de therapeut kan helpen als cliënt de ervaring opnieuw zou blokkeren.

Een andere reden heeft te maken met de betekenis van een ervaring. In psychotherapie is het van belang om samen met de cliënt de betekenis te achterhalen, in dit geval de betekenis van het lijk.

Er zijn verscheidene mogelijkheden om dit op het spoor te komen. Eén mogelijkheid is deze volledige herbeleving in de therapiesituatie. Vaak wordt met de doorleving tevens de betekenis duidelijk.
In Gerards geval is het gelukt hem de ervaring meer te laten doorleven dan thuis. De betekenis van het lijk komt echter niet expliciet ter sprake (naar ik aanneem is dit beeld de symbolische uitdrukking van angst voor zelfverlies).

In de meditatie wordt op een wezenlijk andere manier met beelden omgegaan. In zen worden makyo beschouwd als oppervlakkige verschijnselen van de geest en als hindernissen op de tocht naar de verlichting. Met deze hindernissen dient men op de juiste wijze om te gaan, namelijk door er niét met de aandacht aan te hechten.

Aanbevolen wordt, de beelden toe te laten, ze dus zeer beslist niet te onderdrukken, maar ze ook weer los te laten. Het komt erop neer volkomen open en ontvankelijk te zijn voor alles wat zich aandient, maar er als het ware niet naar te grijpen. De menselijke geest blijkt echter een grote 'grijpgraag' die sterke neiging heeft zich aan de verschijnselen te hechten, deze eerder vast te houden dan los te laten.

Een voorbeeld kan dit verduidelijken. Als wij ons gelukkig voelen, willen wij deze toestand handhaven. Als wij ongeluk ervaren, verzetten wij ons hiertegen en proberen er verandering in te brengen. Voor de boeddhist is in beide gevallen sprake van hechting (binding), omdat wij een bepaalde toestand wel respectievelijk niet in stand willen houden in plaats van de ervaring te laten komen en gaan. Deze hechting nu wordt in het boeddhisme beschouwt als de oorzaak van menselijk lijden en de onthechting wordt gezien als remedie hiervoor.

Voor de duidelijkheid: met onthechting wordt niet bedoeld dat geluk niet mag worden ervaren. Integendeel, de meditatie kan juist tot intens gelukkige ervaringen aanleidingen geven. Wat bedoeld wordt, is dat de mens zijn neiging om deze ervaring vast te houden, moet opgeven en moet leren de ervaring te ontvangen als deze zich voordoet, maar deze ook weer los te laten als de ervaring wijkt.

Zo ook met ongeluk. Het gaat er niet om dat de mens ongeluk zou moeten zoeken (als zodanig worden de begrippen onthechting en ascese vaak opgevat), maar dat hij ongeluk aanvaardt op het moment dat het zich voordoet. "Met gelijkmoedigheid de winter van je verdriet gadeslaan", zoals Gibran het poëtisch uitdrukt. Geen eenvoudige opgave overigens.

Het komt er dus op neer dat de mens in meditatie probeert de makyo toe laten laten, de makyo niet te verdringen of te onderdrukken, maar deze te laten bestaan zonder eraan te hechten.

Psychotherapie en meditatie hebben dus elk een eigen wijze van omgang met beelden. En wat voor de beelden geldt, geldt evenzeer voor de overige inhouden van de geest: gevoelens, gedachten, herinneringen, gewaarwordingen en dergelijke. Beide stromingen gaan op zeer specifieke wijze met de inhoud van de geest om.

Mijn stelling is dat deze benaderingen, hoe verschillend ook, elkaar niet uitsluiten, maar aanvullen. Beide stromingen dragen namelijk bij tot de onthechting, onthechting dan in bovenbedoelde zin. Een ander, minder beladen woord hiervoor zou kunnen zijn 'losmaking',

Psychotherapie draagt aan de losmaking bij door de blokkade in de 'stream of experience' op te heffen. De natuurlijke neiging van de geest om te 'grijpen', vast te houden, wordt immers versterkt bij aanwezigheid van een blokkade. Of, anders geformuleerd, innerlijke conflicten geven aanleiding tot sterke preoccupatie hiermede, hetgeen hechting impliceert. Deze vorm van hechting kan door psychotherapie worden opgeheven.

Wanneer de 'stream of experience' zijn normale loop volgt, is er echter nog steeds sprake van hechting. De geest neigt ook dan tot grijpen of binden. De losmaking hiervan kan, zij het langzaam en moeizaam, gebeuren met behulp van meditatie.

De lezer stelt er wellicht belang in te vernemen hoe het Gerard verder is vergaan. Hij heeft zijn therapie inmiddels beëindigd. Bij het vervolggesprek zeven maanden na afsluiting, blijkt het op een aantal punten beter met hem te gaan. Hij voelde zich sterker, wat zekerder van zichzelf, wist zich meer geaccepteerd, was minder vlak in zijn gevoelsleven en vond het leven af en toe 'gewoon lollig'. De aanvangsklachten waren verminderd. Een aantal andere punten (angst voor manipulatie, relaties met mensen) waren nog steeds problematisch. De angst voor psychose was verdwenen. Zijn meditatie zette hij nog steeds voort.

LITERATUUR:

Bruijn, E., De weg van zazen. Deventer 1975.

Gibran, Kahlil, De profeet. Wassenaar 1977.

Herpst, A., Zen en psychotherapie. Intermediair, Amsterdam 1979.

Herpst, A., Oosterse meditatie en Westerse psychotherapie. Uitgave van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme, 1982.

Johnston, W., The still point. New York 1971.

Jung, G.C., Westers bewustzijn en Oosters inzicht. Rotterdam 1979.

Kaplean, Ph., The three pillars of zen. Boston 1967.

Lans, J.M. v.d., Religieuze ervaring en meditatie. Nijmegen 1978.

Lasalle, H.E.M., Inleiding tot de zenmeditatie. Bilthoven 1972.

Reihō Masunaga, A primer of Sōtō Zen. London 1978.

Rogers, C.R., On becoming a person. Boston 1961.

*********UIT DE BOEDDHISTISCHE TIJDSCHRIFTEN*********

door W.J. Roscam Abbing

Wie belangstelt in een hieronder genoemd artikel kan contact opnemen met de redactie van het tijdschrift waarin het artikel voorkomt.

BOEDDHAYANA, 6/6, 6/7, 6/8 en 6/9.

Nederlandse Buddha-Dhamma Stichting, Fronemanstraat 16 b, 2572 VG 's-Gravenhage.

In elk van deze vier nummers behandelt Alec Robertson achtereenvolgens de herdenking die wordt gehouden op de dag van de volle maan van de maand. In oktober, Poyadag, wordt herdacht de prediking van de Abhidhamma door de Boeddha tot zijn moeder in de Dewa Loka; in november, de II Poya, o.m. het verschijnen op aarde van de Metteyya in deze kalpa en het uitzenden van de eerste zestig Arahats om de Leer te gaan verkondigen; in december, de Unduwap Poya, de aankomst van Arahat Therī Sanghamittā, de dochter van keizer Asoka, die een loot van de Bodhiboom uit India meebracht, en in januari, de Duruthu Poya, het bezoek van de Boeddha aan Sri Lanka in de negende maand van zijn Boeddhaschap.

In het nummer 6/6 geeft Anagārika Dharmawīranātha een beschrijving van de zes elementen - aarde, water, vuur, lucht, de ruimte en het bewustzijn - waaruit alle wezens zijn samengesteld.

Upasika Kheminda vertelt in 'Uit het leven van de Boeddha' over de parken die de Boeddha en zijn volgelingen ter beschikking kregen om daarin te prediken, te overnachten of om aldaar kloosters te bouwen.

In nummer 6/7 bespreekt Anagārika Dharmawīranātha in het artikel 'Boeddhisme?...' enkele aspecten die het boeddhisme het Westen heeft te bieden en die tot heil van dat deel van de wereld kunnen zijn, zoals minder egoïstisch en egocentrisch te zijn, minder begeerten te hebben.

Het artikel 'De Bodhisatta' van Upasika Kheminda bevat enkele beschouwingen over dat fenomeen.

Nummer 8 bevat een samenvatting van een lezing door Anagārika Dharmawīranātha over het onderwerp 'Het openen van het hart', waarmee hij bedoelt: het van hart tot hart met elkaar spreken en niet, als

iemand iets zegt, te denken: o ja, dat weet ik al, en dan verder te luisteren met een half oor en zonder hart.

Piyadassi Mahāthera beschrijft in het opstel 'Boeddhistische gewoonten en gebruiken' over het nut van het reciteren van de Paritta Sutta's ter bescherming tegen en bevrijding van slechte gedachten.

Het leven en werken van Mañjuśrī - de eerste Bodhisattva die in de geschriften van de noordelijke scholen wordt vermeld - en die wordt beschouwd als de personificatie van de Transcendente Wijsheid en de beschermer van de wetenschap, is in enkele grote trekken beschreven door Upasika Kheminda.

In nummer 9 schrijft Anagārika Dharmawīranātha over de Abhidhamma. Andere artikelen handelen over boeddhistische overblijfselen in Bangladesh en over Fa-Hien, de Chinese monnik die aan het einde van de vierde eeuw in opdracht van de keizer van China vertalingen van authentieke teksten van boeddhistische geschriften naar China bracht.

In alle vier nummers staan, zoals gebruikelijk, een citaat uit de Pālicanon en de maandelijkse aflevering van de Abhidhamma Sangaha.

EKŌ, nr. 20 en 21.

Centrum voor Shin-boeddhisme, Zittaart 21, B - 2419 Lille (Poederlee), België.

In nummer 20 is opgenomen een opstel, genaamd 'Amida: de aanwezigheid'; hierin wordt beschreven Boeddha's aanwezigheid - ook wel 'Andere Kracht' genoemd - in elke wezen, vanaf het beginloze begin van de tijdloze tijd. Deze Andere Kracht laat ons echter niet berusten of alles op zijn beloop laten, leidt tot een positieve houding in het leven en tot het dragen van de dagelijkse verantwoordelijkheden.

Rev. Shōken Yamasaki schrijt over 'De edelheid van het leven'. Hij zegt dat de basis voor vrede en vreugde is, de gedachten te laten gaan naar de synthese, natuurlijkheid, harmonie en overeenkomst in plaats van naar analyse, kunstmatigheid, tegenstrijdigheid en discriminatie; om dan de essentie van de boeddhistische leer te ervaren: begoocheling omkeren tot verlichting.

Ook zegt hij: door het begrijpen van de nabijheid van de dood herkent men de edelheid van het leven, ogenschijnlijk een contradictio in

terminis, in werkelijkheid een waarheid die driedubbel en dwars het overwegen waard is! In nummer 21 staat het slot van dit artikel.

In nummer 20 staat ook het eerste deel van een beschrijving van Sh. Shitoku's reis door Japan (het vervolg staat in nr. 21).

Esho Sasaki merkt in het artikel 'Het horen van de Naam' op, dat er in het benaderen en uitbouwen van de Wijsheid (de Leer), drie stadia zijn: het enkel luisteren naar, dan het overwegen van de Leer en, tenslotte, de meditatieve praktijk van het gehoorde en overwogene. Het horen van de Naam is dan 'het aanhoren van Amida's oorspronkelijke gelofte'.

Behalve bovengenoemde vervolgen, zijn in nummer 21 enkele gevoelens weergegeven die bij rev. Peel zijn opgekomen tijdens zijn bezoek aan Hiroshima. Ook bevat deze uitgave het twaalfde vervolg van de serie 'Hoe de Boeddha het zag' en van het glossarium voor het Shin-boeddhisme.

MAITREYA MAGAZINE, 4/4.

Stichting Maitreya Instituut, Dorpsstraat 6, 5314 AE Bruchem.

Het hoofdartikel van dit nummer beschrijft in enkele grote lijnen de opmerkelijke levensloop van Lobsang Dolma, Tibets meest vooraanstaande, vrouwelijke arts. Zij praktiseert in Dharamsala, het hoofdkwartier van de Dalai Lama. Eveneens wordt iets verteld over de geschiedenis, het stellen van de diagnose en de behandeling van zieken in de Tibetaanse geneeskunde.

Het diagnostiseren geschiedt na het met drie vingers voelen van de pols; zowel die van de linker als die van de rechterarm. Daar zowel de rechter- als de linkerkant van de vingertop wordt gebruikt, ontvangt de arts twaalf indrukken. Met behulp hiervan kan de dokter meestal reeds de diagnose stellen.

Mocht hij twijfelen, dan volgt een onderzoek van de urine. De voor te schrijven medicijnen zijn pillen, samengesteld uit kruiden, bloemen, basten, metalen, dierlijke substanties, enz.; in geen geval synthetische stoffen. Ook acupunctuur, dichtschroeien en medicinale baden worden toegepast.

Dokter Dolma verwacht dat de Tibetaanse geneeskunde een belangrijke bijdrage kan leveren aan het Westen bij de behandeling van kanker,

astma, hartziekten en epilepsie. Een lijst van Engelse literatuur over dit onderwerp besluit het artikel.

De rest van dit tijdschrift is gevuld met verslagen van toespraken die zijn gehouden op een conferentie - geopend door de Dalai Lama - in Italië over Universeel onderwijs, met berichten over de lezingen van drie Lama's die het Maitreya Instituut bezochten en tenslotte met een verslag van de reis van de Dalai Lama door Spanje, Frankrijk, Italië en West-Duitsland; dit laatst genoemde verslag is verlucht met vele goede foto's van de Dalai Lama.

YANA, 35/6.

Altbuddhistische Gemeinde, Zur Ludwigshöhe 30, D - 8919 Utting a.A., Duitsland.

Dit nummer bevat twee hoofdartikelen. Het eerste is een uittreksel van een voordracht, gehouden door Max Hoppe in Augsburg, getiteld: 'Gedachten over de eenheid van het zijn in het boeddhisme'.

Vanuit de angstaanjagende bijbelwoorden uit Genesis 9, vers 2 en 3 (waarin Jahwe tot Noach en zijn zonen zegt: en de vrees en de schrik voor u zij over al het gedierte der aarde en over al het gevogelte des hemels, al wat zich op de aardbodem roert en al de vissen der zee....), via Descartes' woorden (die zijn 'coṇgite ergo sum' alleen op de mensen betrekking laat hebben) komt de spreker tot de boeddhistische zienswijze: ik lijd, dus ik ben; hiermee alle levende wezens omvattend.

Twee andere gedachten die in het artikel zijn uitgewerkt, wil ik met een enkel woord vermelden. De eerste helft heeft betrekking op de woorden van de Boeddha waarmee hij zegt dat het mogelijk is om aan de ketenen van het geconditioneerde zijn - de wet van karma - te ontsnappen (hoè dat kan geschieden staat in Udāna I,3).

De tweede troostrijke gedachte ligt besloten in het feit dat de Boeddha helemaal niet van ons verwacht dat wij mensen de door hem aangegeven weg met zevenmijlslaarzen zullen bewandelen. Hieruit volgt dat het niet juist zou zijn als alle boeddhisten monnik zouden worden.

Integendeel, de Boeddha hoopt dat wij in het gewone dagelijkse leven zo juist als het ons mogelijk is, zullen denken, spreken en handelen. Voor de leek geldt dat de cultuur in al haar uitingen haar rechtmatihheid en noodzakelijkheid heeft; zij vormt echter niet het laatste doel en de kroon van ons menselijk bestaan.

**
*

DE LANGE WEG NAAR KEGON

door A.E. Bayer

Niet lang na de Japanse capitulatie in 1945 en daarmee het einde van de tweede wereldoorlog, kreeg ik een stencil van een lezing in handen, op slecht papier afgedrukt en letterlijk zo stukgelezen dat het Engels ervan nog maar met moeite was te ontcijferen. Het ging over het zen-boeddhisme en de schrijver was Daisetz Teitaro Suzuki, die zich al voor de oorlog een reputatie had verworven als vertolker van Mahāyāna-boeddhisme voor het Westen.

Omdat ik dit geschrift maar een week mocht lenen, zag ik geen andere kans mij werkelijk met de inhoud vertrouwd te maken dan door het te vertalen.

Deze lezing van de zen-geleerde is doordrongen van een opmerkelijke wijsbegeerte, Kegon genaamd. Met de toenemende belangstelling voor het boeddhisme in het Westen is er nu veel meer van en om dit Kegon bekend geworden.

De horizon verwijdende ervaring was het voor het eerst lezen over de visie op het Al, die werd weergegeven als Dji-dji-moe-ge. Naar de mening van Suzuki en die van vele anderen is dit de top van het Oosterse denken zoals het door de grootste boeddhistische geesten is ontwikkeld en het vertegenwoordigt Japans bijdrage tot de wereldfilosofie.

"Kegon leert een viervoudig zicht op de wereld: de wereld gezien als individuele existenties, de wereld gezien als het Absolute, de wereld opgevat als individuen die hun individualiteit behouden in het Absolute, en de wereld opgevat als iedere entiteit geopenbaard door iedere andere, zo dat geen individu er hinder van ondervindt als het wordt doordrongen door alle andere".

En verder: "Aanvankelijk nemen wij deze wereld voor werkelijk, maar na bespiegeling realiseren wij ons dat zij niet de laatste werkelijkheid is, omdat al wat wij geloven individueel te zijn, zijn individualiteit nooit behoudt, daar het bestemd is om weer te worden opgelost in zijn elementen.

"Boeddisten hebben daarom gezocht naar het fundamentele principe dat niet verandert en zij hebben het gevonden in het begrip Sunyata. Dit Śūnyatā is wat wij tevoren 'het Absolute' noemden, maar het Absolute en Sunyata, het lege, zijn synoniem in niet-onderscheiding". Tot zover Suzuki.

Drs. A.E. Bayer is cultureel antropoloog. Hij was o.a. verbonden aan het Afrika-Studiecentrum in Leiden.

In het begin van de achtste eeuw vestigden twee zendelingen van de Chinese Hwa Yen-school, Tao hsüan (jap. Dosēn) en Chen hsiang (jap. Shinshō), zich in Japan, waar ze de keizerlijke familie bekeerden. Keizer Shomu heeft getracht volgens Kegon-principes te regeren. Onder zijn bestuur werden overal in het land tempels gebouwd, naar Koreaans voorbeeld uit hout opgetrokken, in hun eenvoud subliem.

De Hwa Yen-school bestuurt nu nog maar één tempel, maar dat is wel de mooiste, de Todai ji, nabij Nara in het midden van de achtste eeuw verrezen, gewijd aan Mahāvairocana, die de oude naam uit de Avatamsaka-sūtra, Roshana of Dainichi Nyorai, of eenvoudig Dai Butsu (grote Boeddha) draagt.

Kegon heeft in Japan nooit een massale aanhang gekregen, maar het heeft wel velen uit de intelligentia voor zich gewonnen en blijvend beziggehouden, tot op de huidige dag. En het heeft, zen doordringend en ervan doordrongen, Japan een ook nu nog merkbaar zintuig voor schoonheid gegeven.

Wanneer wij de sutra's en de geest van de op het oog nuchtere en anti-metafysische gedragscode van de Pali-canon vergelijken met de blik op de wereld die we in de sutra's van en bij de commentaren op het Mahayana en daarmee het Kegon-denken tegenkomen, lijkt het aanvankelijk alsof beide heilsboodschappen maar heel weinig met elkaar gemeen hebben.

In het Theravada vooral een mensbeschouwing, in het Mahayana een uitzicht in de kosmische diepten, een intuïtieve schouwing van multidimensionale perspectieven die ons om ordening en houvast vragende intellect aanvankelijk verwarrend en soms zelfs verward aandoen.

De stromingen en scholen in filosofie en religie binnen de schriftkundige culturen vormen een ware wildernis.

Zolang een boodschap wordt overgebracht via het discursieve denken zijn de klippen van de taal onmogelijk alle te omzeilen.

Maar daar, waar een leer aanmoedigt tot technieken van meditatie en contemplatie die uiteindelijk kunnen leiden tot eigen ervaring van een schouwing waarnaar in de teksten alleen maar verstandelijk kon worden verwezen, wordt alles anders. En deze mogelijkheden zijn in alle boeddhistische scholen in meerdere of mindere mate open gebleven.

In de Pali-canon is er een duidelijke scheiding geweest tussen sutra's meditatietechnieken, in die zin dat in de sutra's wel naar de meditatie wordt verwezen, tot in het heilige achtvoudige pad toe, maar dat de sutra's duidelijk op het verstandelijk inzicht zijn gericht, zij het om dit verstand in de meditatie te transcenderen.

Het oude boeddhisme doet denken aan een grootse humanistische

psychologie die erop is gericht, de motieven van hen die vertrouwen hebben in de leer en de leermeester om te buigen in de richting van onthechting aan wat toch niet blijft.

Het inzicht mocht daar aanvankelijk gerust verstandelijk zijn. Veel werd uit het hoofd geleerd. Zo is het ook nu nog. Eerst daarnaast en daar bovenuit kwam dan waar het om begonnen was en in de bodem van het rationele werd het supra-rationele gezaaid.

Buddhaghosa's magistrale Visuddhimagga (de Weg naar reinheid) bijvoorbeeld, waarvan in 1956 een hooggewaardeerde nieuwe vertaling van wijlen Bhikkhu Nāṇamoli is verschenen, is vooral een handboek. Hoe de monnik bijvoorbeeld over de vergankelijkheid moet mediteren wordt tot in de finesses uitgelegd. Als de eerwaarde zich daartoe naar het dodenveld begeeft, wordt hem aangeraden die plaats van de wind af te naderen.

"Hij moet niet tegen de wind in naderen, want als hij dat zou doen en de lijkenlucht zou zijn neus bereiken, zou zijn geest in verwarring kunnen raken of hij zou kunnen overgeven of hij zou spijt kunnen krijgen van zijn tocht daarheen, denkend: Waarom ben ik hier op een lijkenplaats gekomen? Daarom moet hij van de wind af naderen".

De instructies zijn op alle gebieden precies; met alle mogelijkheden wordt rekening gehouden, kortom, langs lijnen van geleidelijkheid, maar steeds volgens een strakke ratio gaat de onderrichting voort.

De orthodoxie, de strakke tucht, de trouw aan de overlevering inzake de gedragsregels voor de monniken, hebben zeker bijgedragen tot het lange leven van de leer der Ouden.

Dat het Mahayana niet plotseling, als bij toverslag uit het Theravada-boeddhisme is voortgekomen, ligt in de lijn. De doctrinaire molens malen langzaam.

De Wijsgeren.

Tijdens de regering van Aśoka (273-232), de grote Maurya-keizer die, na het Indiase continent hardhandig onder zijn beheer te hebben gebracht, het boeddhisme aannam en van grote wijsheid getuigde in edicten op tal van stenen zuilen in het land, maakten de Sarvāstivādins zich los van de Theravadins.

Wijsgerig gezien behoorden zij nog tot de realisten. Met de dood echter verloor ook in hun visie de mens wat hij nog aan werkelijks door het leven kon meenemen. Vasubandhu, de schrijver van het Abhidharmakośa, hoorde tot hun school, maar neigde al naar opvattingen die zich in de richting van de Sautrāntika's bewogen.

De Sautrantika's beriepen zich voornamelijk op de beminnelijke, maar bij de ernstige Theravadins wat omstreden lievelingsdiscipel van Boeddha, Ānanda. Het doctrinaire klimaat werd al wat milder: volgens de Sautrantikas werken karmische factoren alleen bij het ontstaan of de geboorte van nieuwe entiteiten of individuen.
In hun leer waren elementen aan te treffen die aan het 'onbewuste' in de Westerse dieptepsychologie doen denken.

De Mahāṣanghika's scheidden zich in de derde eeuw v. Chr. af. Bij hen wordt de Boeddha een bovenwereldse staat toegeschreven. Bij hen ook stijgt de Bodhisattva in aanzien, als de redder van allen. De leegte (Sunyata) begint een centraal begrip te worden.
De Mahāvastu is een geschrift dat van deze aanhangers van de 'grote Orde' is blijven bestaan.

Mahayana.

Van het Mahayana-boeddhisme is zoveel bekend dat we op onze vogelvlucht langs de scholen tussen Theravada en Mahayana hier niet lang stil zullen staan, behalve bij enkele begrippen die ook bij ons eindpunt voor dit artikel, de Avatamsaka-sutra en de Hwa Yen-school, van belang zijn.

De school der Madhyamika's waarvan Nāgārjuna, de man die een van 's werelds grootste filosofen wordt genoemd, de voornaamste denker was (2e-3e eeuw na Chr.) leerde in een uitgewerkte logische dialectiek dat elke duidelijk dogmatische positie die consequent wordt doorgedacht, op een innerlijke tegenspraak uitloopt. Heel kort gezegd, evenwijdig aan het woord van Multatuli: "Niets is geheel waar en zelfs dit niet".

Nagarjuna kwam dan ook tot twee waarheden: één voor de praktische problemen van alledag en één voor de grote vragen van het zijn. Met andere woorden: hij bevestigde uiteindelijk het zwijgen van de Boeddha als antwoord op vragen of bijvoorbeeld de wereld eeuwig of tijdelijk was, en of Boeddha na zijn dood er nog was of niet meer was.

Alle discursieve denken is leeg (śunya) en hij bepleit een houding boven de standpunten, zoals een vorst wordt geacht boven de politiek te staan. Dit begrip Sunya reisde met alle karavanen over de beroemde zijdeweg van Centraal-Azië naar China, evenals een andere term, die door de school der Yogācāra-Vijñānavādins naar voren was gebracht: "Bewustzijn alleen", misschien weer te geven met de eerste vier woorden waarmee Schopenhauer zijn hoofdwerk begon: 'De wereld is mijn voorstelling'.

In China begon onder de Sui en vooral onder de grote T'ang-dynastie, (618-907) een hoogtij van het boeddhisme, vooral van de Mahayana-stromingen, waaronder die, waarvoor we deze snelle rondvlucht ondernamen, de op de Avatamsaka-sutra gebaseerde Hwa Yen-school.

Hwa Yen.

Hwa Yen betekent 'bloemenkrans' en de sutra was het instrument om de innerlijke ervaring van de Boeddha Vairocana, die hij volgens mytische overlevering onmiddellijk na zijn verlichting zou hebben meegedeeld, nogmaals aan de mensheid over te dragen.

Vairocana's woorden waren toen niet te begrijpen voor gewone stervelingen en de 'Lichtende' zou ze destijds door begrijpelijker onderwijzingen hebben vervangen.

Stichter van de school was meester Tu Shun, die omstreeks het midden van de achtste eeuw is gestorven. De derde patriarch was Fa Tsang, die leefde tot in het begin van de negende eeuw. Hij ontwierp op grond van meester Tu Shuns geschriften een geordend systeem ter wille van de overdracht.

Tegen het midden van de negende eeuw, nadat de vijfde patriarch, Tsung mi, was gestorven, en de boeddhisten in China hevig werden vervolgd, was de grote bloei van Hwa Yen voorbij. Maar het licht was doorgegeven naar Japan en zo zijn we terug op het beginpunt.

Het noemen van enkele wat minder bekende scholen en het aanduiden van iets van hun leer met een enkel codewoord had ten doel, iets weer te geven van de lange weg, in ruimte en tijd, die tenslotte naar de Hwa Yen-school van Totaliteit en Niet-Belemmering heeft geleid.

In de Hwa Yen of Gaṇḍavyūha-Sutra, het laatste deel van de Avatamsaka-sutra, wordt het Bodhisattva-ideaal als volgt uitgedrukt.

Toen de Boeddha nog een bodhisattva was, plantte hij de goede zaden van:
Een groot hart vol erbarmen, dat allen wil beschermen,
Een hart vol liefde, dat alle wezens wil bijstaan,
Een begrijpend hart om sympathie en tolerantie te wekken,
Een vrij hart om anderer belemmeringen weg te nemen,
Een hart dat het heelal vult,
Een hart eindeloos en ruim als de ruimte,
Een zuiver hart, één met de wijsheid en de verdiensten van het verleden, het heden en de toekomst.

Eveneens uit de Hwa Yen-sutra:

De eindeloze tijden van verleden
kunnen in het 'nu' verschijnen
èn in de toekomst èn in de oneindigheid.
De tijden in de toekomst
kunnen in 't verleden ingaan
en ook in het 'nu'.
Wie zich dit indenkt, weet
dat de onmetelijke tijden
maar één ogenblik zijn en dit ogenblik
geen ogenblik is en zo ziet hij
de werkelijkheid van het heelal.

Vergelijk hiermeede de regels uit The Four Quartets van T.S. Eliot (uit 1935):

De tijd van nu en de voorbije tijd
zijn misschien beide aanwezig in de tijd van de toekomst
en de komende tijd is omvat door het verleden.
Als alle tijd eeuwig aanwezig is,
dan is alle tijd onherroepelijk.

Is er een betere illustratie voor het flitsende licht van de intuïtie (prajña) dat twee zieners, de oudste één van de schrijvers van de Hwa Yen-Sutra en de andere een Engelse dichter uit de twintigste eeuw, het geheim van de tijd zo hebben gevoeld en gezegd dat de betekenis, ondanks alle feilbare vertalers en ontoereikende verwoordingen en ondanks die zestien of achttien eeuwen zo overkomt?

En zoals het met de tijd is, is het ook met de ruimte.

Op grond van de theorie van de Leegte uit de Madhyamika, die in Hwa Yen is opgenomen, is ook de ruimte in het heelal een vrije ruimte.

De grotere eenheden omvatten de kleinere zoals het zonnestelsel zijn planeten en zoals de Chinese doosjes waar steeds een kleiner doosje in past, omvat het grotere het steeds kleinere in een eindeloze reeks. Aldus de doctrine van de Hwa Yen over gebieden-omvattende gebieden.

Maar ook hier is er een werking in twee richtingen: de kleinere eenheden omvatten ook de grotere, wederom in eindeloze reeks, zodat het kleinste stofje het universum omvat, altijd in de wereld van niet-onderscheiding (dharma-dhātu).

Met de relativiteit van de ruimte en die van de tijd aldus ten uiterste doordacht, is de ware vrijheid bereikt, de totaliteit van niet-belemmering, Shi-Shi Wu-ai zoals de oudere, de Chinese versie van Dji-dji-moe-ge luidt. Is dit het laatste woord van de boeddhistische wijsbegeerte? Het kan zijn. De doctrine is 'rond', zoals zij ook door de aanhangers van Hwa Yen werd aangeduid.

Laten we echter één misverstand vermijden. Het laatste woord zou niet het laatste woord zijn zonder het eerste. De leer van Hwa Yen zou er niet zijn zonder het anattā-begrip van het Theravada, zonder het mysterie van het sunyata uit de Madhyamika. Alles past in het andere zonder belemmering. En uiteindelijk gaan al deze doctrines zonder de minste belemmering op in het zwijgen van de Boeddha op vragen waarop de vraagsteller diens antwoord niet zou kunnen begrijpen.

LITERATUUR:

Garma C. Chang; The Buddhist Teaching of Totality, London 1972. De twee aangehaalde fragmenten uit de tekst van de Avatamsaka-sutra zijn aan dit boek ontleend.

T.R.V. Murti, The Central Philosophy of Buddhism, London 1960.

D.T. Suzuki, The Lankavatara Sutra, London 1954.

F. Capra, The Tao of Physics, New York 1977 (vertaling: De Tao van fysica, Amsterdam 1982) biedt inzicht in de verwantschap van Hwa Yen met de laatste ontwikkelingen in de moderne fysica.

* *
*



Boeddha
door Jon Takeda.

VINDT FRANCISCUS VAN ASSISI NA ACHT EEUWEN WEERKLANK?

door Victor Westhoff

Een kenmerkend verschil tussen boeddhisme en christendom is gelegen in de omgang met de aarde, in de instelling van de mens ten opzichte van onze mede-wezens. In onze kring is dit al verscheidene malen aan de orde gesteld, zoals in de brochure Mettā en Karunā en het artikel Omgang met de aarde (Saddharma, november 1979). Ter inleiding van hetgeen volgt, nemen wij daaruit enkele passages over.

"Zijn planten en dieren objecten die wij naar willekeur kunnen gebruiken en uitbuiten, òf zijn zij onze broeders en zusters, voor wie wij mede verantwoordelijk zijn? Het christendom stelt het eerste: alles draait om de mens, evenals zulks voor de humanist het geval is. Deze visie van de christen komt reeds tot uiting in het dogma dat God als mens op aarde is verschenen. Voor joden en mohammedanen is de gedachte dat God een mens zou kunnen worden, heiligschennis; daarentegen kan God in de opvatting van vele andere volken even goed een dier worden als een mens, zij het een aap, een stier of een olifant.

"De wezenseenheid tussen God en mens is een kenmerkend christelijk uitgangspunt. De Tien Geboden - die trouwens in hoofdzaak verboden zijn - spreken alleen over God en de mens. Wanneer ons gezegd wordt: "Hebt uw naasten lief als uzelf", worden met de "naasten" uitsluitend mensen bedoeld. Voor een christen spreekt dit vanzelf.

"Nodig is een uitbreiding van het terrein waarop morele oordelen geldig zijn, in die zin dat gedragingen die tot dusverre als goed of neutraal beschouwd werden, in ethisch opzicht door de publieke opinie afgekeurd zullen worden. Mishandeling van land, dieren en planten door de mens, zoals door roofbouw, overmatig kappen, erosie, zou beoordeeld moeten worden zoals wij op grond van de Tien Geboden onze houding tegenover onze medemens bepalen. Wat wij behoeven is een ethiek gericht op onze houding jegens de aarde en jegens de planten en dieren die daarop leven. Het christendom laat ons dan in de steek.

"Wat wij nodig hebben is een levensleer die, op het niveau van ons bewustzijn, in redelijke rechtstreekse termen vertelt hoe wij behoren te leven. Welnu, daarvoor behoeven we geen hedendaagse profeten

---

Prof. dr. V. Westhoff is emeritus hoogleraar in de plantkunde aan de universiteit van Nijmegen en voorzitter van de Natuurwetenschappelijke commissie van de Natuurbeschermingsraad. Hij is bestuurslid van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme.

achterna te lopen. Die levensleer bestaat al 2500 jaar: ze is vervat in het boeddhisme". Tot zoverre het citaat uit Saddharma, 1979.

Een van de weinige grote christenen die door de geest van universeel mededogen was bezield, was Franciscus van Assisi (1182-1226), wel "de grootste revolutionair in het christendom sinds Jezus Christus" genoemd; een grote figuur uit de geschiedenis van het menselijk bewustzijn, die slechts dank zij zijn onvoorwaardelijke trouw aan zijn kerk niet op de brandstapel belandde, maar heilig verklaard werd.
Franciscus is echter eeuwenlang een eenling gebleven, bewonderd, vereerd, maar in wezen niet nagevolgd, ook niet door zijn volgelingen in de Franciscaanse orden, voor wie wel de armoede en het zwervende leven, maar niet het mededogen met alle wezens de grondslag van hun leer uitmaakte.

Het ziet er evenwel naar uit dat hierin een ommekeer is gekomen. In het vorige jaar heeft zich een merkwaardige ontwikkeling voltrokken, die in ons land vrijwel ongemerkt is verlopen. Op 4 oktober 1982 is de achthonderste verjaardag van Franciscus van Assisi herdacht. Voor het eerst hebben de internationale natuurbeschermingsorganisaties samen met de religieuze orden van St. Franciscus een wereldhandvest opgesteld voor de bescherming van de natuur, getiteld Handvast van Gubbio 1982. Gubbio is het geboortedorp van Franciscus.

Het handvest is opgesteld na afloop van een seminarie Terra Mater, Moeder aarde; reeds in deze term herkennen wij niet een christelijke denktrant, maar een veel ouder beginsel, dat van de door het christendom "heidens" verklaarde, doch buiten de christelijke invloedsfeer nog steeds levende chthonische religies.

Het handvest is veel te uitvoerig om in zijn geheel te citeren. Ik wil er enkele passages uitlichten.

"Wij leggen er de nadruk op dat het nodig is onze dominante en uitbuitende houding te wijzigen. Wij hebben een nieuwe houding nodig, die van respect voor andere wezens en broederschap tussen alle schepselen.

"Franciscus van Assisi schiep een alternatief wereldbeeld, namelijk een universele broederschap waarin menselijke wezens, dieren en planten, ja zelfs mineralen, werden beschouwd als onze broeders en zusters. Franciscus was zich bewust van het belang van het milieu, van de noodzaak van harmonie tussen mens en natuur, en zijn voorbeeld is voor ons van levensbelang".

Op grond van dit voorbeeld worden dan vijftien leefregels opgesteld, waarvan ik er enkele citeer.

"Het is nodig, te verwerpen dat vooruitgang gemeten wordt in kwantitatief opzicht en door de opeenstapeling van materiële goederen. Het

doel van vooruitgang dient te zijn, de kwaliteit van het leven te verbeteren.

"Het is nodig, het respect voor de natuur te bevorderen; ethische principes toe te passen op onze betrekkingen met alle levende wezens; het uitsterven van soorten te voorkomen; plantaardige en dierlijke levensvormen te beschermen tegen onverantwoorde, zelfzuchtige en verwoestende exploitatie en het verstoren van hun milieu; de aandacht te vestigen op het probleem van de snelle toeneming van de wereldbevolking; te zoeken naar historische voorbeelden, die ons zullen moeten helpen een alternatieve toekomst voor te bereiden".

Op grond van die vijftien uitgangspunten worden dan een aantal wensen gericht tot de regeerders van de wereld, waarvan ik er één naar voren breng: "Wij vragen, dat de leiders van alle godsdiensten en kerken van elke belijdenis het heilige karakter van de natuur onder de aandacht van hun leden te brengen, evenals hun morele rechten en plichten ten opzichte van de natuurlijke en menselijke omgeving. Om dit te bevorderen dienen zij de nadruk te leggen op het religieuze karakter van deze uitgangspunten bij het opleiden van bedienaars van de eredienst.

"Daarom is het raadzaam dat de Wereldraad van Kerken en de Heilige Stoel instituten voor ecologie oprichten, en dat de geestelijkheid het kerkvolk voortdurend bewust maakt van de verantwoordelijkheid van het mensdom voor de verbetering van de kwaliteit van het leven en de bescherming van de natuur en de natuurlijke hulpbronnen".

Tot zover enkele citaten uit het Handvest van Gubbio van 1982. Let wel dat hierin zelfs weer sprake is van "heiligheid van de natuur", een oeroude chthonische, pantheïstische opvatting, die reeds door het joodse geloof uitdrukkelijk werd verlaten, en die ook door het christendom steeds is verworpen.

De levensbeschouwing van het boeddhisme houdt niet in dat het leven, of de natuur, "heilig" zou zijn. Dit doet voor ons echter weinig ter zake; "laten wij oppassen voor een spel met woorden", laat Hermann Hesse de Boeddha tot Siddharta spreken. Voor ons is niet van belang wat scheidt, maar wat verbindt.

Welnu, het is duidelijk dat de geestesgesteldheid die spreekt uit het Handvest van Gubbio, ook de onze is. Wanneer wij zoeken naar mogelijkheden tot verwerkelijking van een boeddhistische levensvisie in het Westen, doen wij er goed aan, op zulke signalen acht te slaan.

De brochure Natuurbehoud en milieurbeheer: mettā en karunā, *door prof. dr. V. Westhoff is te bestellen bij de stichting Vrienden van het Boeddhisme. Zie de tweede pagina van het omslag.*

WERKGROEP OVERWEEGT OPRICHTING LEKENORDE VAN BOEDDHA

In 1981 besloot het bestuur van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme een werkgroep Integratie van het boeddhisme in het westerse cultuurpatroon in het leven te roepen. De werkgroep heeft tot taak na te gaan aan welke voorwaarden moet worden voldaan om tot integratie van het boeddhisme in het Westerse cultuurpatroon te komen. Leden van de werkgroep zijn: mr. L. Boer, voorzitter, prof. dr. R.H.C. Janssen, drs. P. van der Beek, N. Tydeman en mevr. dr. A.C.M. Kurpershoek-Scherft.

De werkgroep is enkele malen bijeen geweest, voornamelijk om de taak nader af te bakenen en een algemene terreinverkenning uit te voeren.

Iedere deelnemer heeft al eens zijn gedachten over de mogelijkheid van "integratie" op papier gezet en als discussiestuk ter tafel gebracht. Opvallend is daarbij dat de invalshoeken verschillen, ook al ontmoeten de visies op het vraagstuk elkaar wel in hetzelfde panoramische perspectief.

Een van de vragen die zijn gerezen, luidde: Wat is boeddhisme? Het lijkt echter niet de taak van de werkgroep om een definitie van het begrip boeddhisme op te stellen; ook bleek bij de antwoorden dat men onwillekeurig de vraag verschoof in de richting van: Waarom ben ik boeddhist? En dan komen er nogal wat varianten naar voren.

Het gesprek hierover was toch van belang omdat onderzoek naar de motieven die Westerlingen aanvoeren voor hun keuze voor het boeddhisme, zeker onmisbaar is voor wie wegen wil aanwijzen om tot integratie van het boeddhisme in het Westen te komen.

Ook hebben enkele leden van de werkgroep al enige uitspraken gedaan - voorlopig hoofdzakelijk intuïtief en op persoonlijke gronden - enerzijds over aspecten van het boeddhisme die bij overplanting naar onze lengtegraad beter terzijde gelaten kunnen worden, anderzijds over tendenties in de Dharma, de Leer, waarop juist meer nadruk zou moeten vallen.

Als een voornaam deel van haar taak ziet de werkgroep onderzoek naar de wijze waarop het boeddhisme, ter ondersteuning van de verkondiging ervan, kan worden georganiseerd. Hoe ontstaat er contact tussen de enkelingen, hier en elders, die het boeddhisme in eigen leven in praktijk willen brengen?

Evenals is voorgesteld door het Zwitserse lid van de Boeddhistische Unie van Europa, de heer Bex, denkt de werkgroep aan oprichting van een "Lekenorde van Boeddha". Het Zwitserse plan lijkt de werkgroep

echter te strak en rigide te zijn in de "calvanistische" levenswijze die het de orde-leden wil opleggen.

Ook gemeenschapsvormen die in het westers boeddhisme al zijn verwezenlijkt, worden door de werkgroep bestudeerd: hoe werken de "Friends of Western Buddhist Order", de "Arya Maitreya Mandala", de "Tiep Hien Order"? Wat kunnen we leren van de voorbeelden die boeddhistische groeperingen in Amerika ons geven?

Dit zijn de vragen die de werkgroep op het ogenblik probeert te beantwoorden om vervolgens de gegevens in kaart te brengen. Dit zal over een zo breed mogelijk veld moeten gebeuren alvorens een zinvolle rangschikking van het gegevene mogelijk wordt en conclusies kunnen worden voorgelegd.

De werkgroep beseft maar al te zeer dat zij met een bijzonder ingewikkeld vraagstuk bezig is. Zij gaat daarom behoedzaam te werk, hopend dat allengs duidelijker voor ogen zal komen te staan in welke richting de oplossing zal moeten worden gezocht.

T.K. - Sch.

LENTEBIJEENKOMST 1983
VRIENDEN VAN HET BOEDDHISME.

De Lentebijeenkomst van de Stichting Vrienden van het Boeddhisme wordt gehouden op zaterdag 23 april a.s. in De Kosmos, Prins Hendrikkade 142, Amsterdam, van 10.15 uur tot 17.00 uur.

Mevrouw drs. W. van de Hulst houdt een inleiding over Kum Nye, een methode voor geestelijke ontwikkeling die door Tarthang Tulku uit Tibet naar het westen is overgebracht en die hij heeft aangepast aan onze cultuur.

Dr. G.A. Litjens zal de persoon, zienswijzen en methoden van de bekende schrijver en leraar prof. Karlfried Graf von Dürckheim belichten.

Verder zal de film Lama King worden vertoond. Meditatie onder leiding van prof. dr. R.H.C. Janssen zal de bijeenkomst besluiten. Er is een ruime gelegenheid tot gedachtenwisseling.

Aanmelding door overmaking van f. 25,-- (niet-donateurs f. 30,--), inclusief de kosten van de lunch, of resp. f. 15,-- en f. 20,-- zonder lunch, op postrekeningnummer 1520022 t.n.v. de penningmeester Stichting Vrienden van het Boeddhisme, Nijmegen.

Inlichtingen bij de secretaris: 03412-54120.

**************** BOEDDHISTISCH NIEUWS ****************

Boeddhisme nu.

In de serie Kosmos Aktueel Speciaal presenteert Nico Tydeman op vrijdag 29 april een audiovisuele meditatie, getiteld De Boeddha in beeld, gevolgd door een bespreking van Rick Fields' boek How the Swans came to the Lake, en een discussie over Boeddhisme nu in Nederland, met Erik Bruijn van de Zen-Kring in Amsterdam, Mimi Maréchal van het Zencentrum Tiltenberg in Vogelenzang en Dharmawiranatha van het Boeddhayana-centrum in Den Haag.

De bijeenkomst in De Kosmos, Prins Hendrikkade 142, Amsterdam, begint om 20.20 uur. Inlichtingen: 020-267477.

Phra Achaan Thawee.

Van 12 mei tot augustus zal het hoofd van het befaamde Thaise meditatiecentrum Vivek Asom, de 68-jarige Phra Achaan Thawee Bhaladhammo, meditatiecursussen leiden in Tidorp, Hogezoom 79, 4328 EL Burgh-Haamstede (Schouwen-Duiveland). Cursusduur minimaal een week. Inlichtingen 01115-2355.

Boeddhisme/Christendom.

De overeenkomsten tussen de rooms-katholieke mis en de boeddhistische puja en tussen de drie-eenheid van Vader, Zoon en Heilige Geest van het katholicisme en de drie kayas of lichamen van een Boeddha zullen op 14 en 15 mei in De Kosmos worden belicht door Dom Tholens, ex-abt van het rooms-katholieke klooster Slangenburg, en Thubten Tséphel (Hans van de Bogaert) die vijf jaar bij de Tibetaanse lama's in Dharamsala (India) heeft gestudeerd.

Kosten f. 75,--. Inlichtingen: Maitreya Instituut, 04184-755.

Levensrad.

Een cursus over De twaalf onderling afhankelijke schakels van het levensrad wordt van 22-24 april gegeven door de Amerikaanse schrijver en uitgever Jon Landaw. Plaats: Groenhoven, Dorpsstraat 6, Bruchem (bij Zaltbommel). Inlichtingen: 04184-755.

Kum Nye.

Een intensief Kum Nye-weekend wordt van 29 april - 1 mei gehouden in Huize Schoonoord, Rijksstraatweg 34, 6574 AD Ubbergen (bij Nijmegen), in samenwerking met het Nyingma Center, Amsterdam. Inlichtingen: 080-237141.

Ruimte, Tijd en Kennis.

De groep Ruimte, Tijd en Kennis, Postbus 1744, 1000 BS Amsterdam, houdt bijeenkomsten in De Kosmos, Amsterdam, op 20 mei, 9 en 23 juni en 1 juli. Een intensief weekend wordt gehouden van 6 - 8 mei, begeleid door Robert Hartzema en Wil van de Hulst.
Inlichtingen: 020-267477.

Zen.

Meditatie en creativiteit worden beoefend tijdens een vierdaagse bijeenkomst van 11-15 mei onder leiding van Betty van Kipshagen, in de Theresiahoeve, Dominicanenstraat 24, 5453 JN Langenboom.
Kosten f. 200,--. Inlichtingen: 08863-1277.

Nora Houtman-de Graaf leidt in het Pinksterweekend, 20-24 mei, eveneens in de Theresiahoeve, een sesshin waarbij zes uur per dag wordt besteed aan zazen en kinhin.

Tiltenberg.

Een sesshin onder leiding van Dennis Genpō Merzel uit Los Angeles wordt van 27-29 mei gehouden op de Tiltenberg, Zilkerduinweg 375, 2114 AM Vogelenzang. Inlichtingen: 02520-17044.

* *
*

DE JUISTE ZIENSWIJZE

"Deze wereld, Kattsjayana, is grotendeels een keten van begeren, van gretig grijpen, van hechten aan de wereld: en daarom, wie zegt, dit hechten aan de wereld, deze neiging van de geest om zich aan de wereld vast te klampen geeft geen pas, - ik grijp er niet naar, de uitspraak "ik heb een zelf" houdt geen stand - leed, oprijzend, ontstaat en leed, teniet gaand, vergaat -, wie dit zegt, zonder twijfel of onzekerheid, in zijn kennis in dezen niet steunend op anderen, - tot zover, Kattsjayana, gaat voor hem de juiste zienswijze.

"Alles is", Kattsjayana, is het ene uiterste, "alles is niet" is het andere uiterste; deze beide uitersten vermijdend door de middenweg te gaan, Kattsjayana, onderwijst de Tathagata de Waarheid. . ."

Uit: Er is geen zelf, Boeddha's boodschap van het geluk, vertaald uit het Pali door Tonny Kurpershoek-Scherft.
Uitg. Kluwer, Deventer, 1970.

************** WAAROM IK BOEDDHIST BEN **************

door Lama Anagarika Govinda

* Hoe hoger een individu ontwikkeld is, des te groter zijn geenszins zijn voorrechten, maar des te zwaarder zijn plichten (hoewel, die plichten kun je als voorrechten ervaren).
Daarom wil de boeddhist niet over anderen oordelen, maar zich alleen bepalen bij de vervulling van zijn eigen plichten; hij eist meer van zichzelf dan van anderen. De boeddhist zal liever proberen zijn medemensen te begrijpen dan hun zijn eigen moraal op te dringen.
* Zoals de idee van 'zonde' de boeddhist vreemd is, zo gelooft hij ook niet aan een eeuwige verdoemenis. Hemel en hel zijn in ons, en de mogelijkheid om zalig te worden staat open voor alle levende wezens.
* Het boeddhisme wekt in zijn aanhangers geen valse hoop op een paradijs in een andere wereld, maar het wijst de weg naar de bevrijding, die men in deze wereld kan bereiken.
De voorsmaak daarvan kan in de meditatie verkregen worden.
* Het boeddhistisch meditatie-systeem, dat gebaseerd is op een zeer grondige kennis van de psyche, laat niet alleen het einddoel zien, maar is ook de praktische weg om dat doel te bereiken.
* De idee van het karman verenigt gerechtigheid en zelfbeschikking. Zij geeft aan het leven van het individu een diepe betekenis en verbindt het met het verleden en de toekomst. Ze is de basis van de menselijke waardigheid en verlost de mensheid van een schimmenrijk, waarin de willekeur heerst van een kracht van buiten af.
* In tegenstelling met andere religies heeft het boeddhisme niets te vrezen van de wetenschap. Integendeel, het spoort de geest aan tot onderzoek zonder voor de resultaten daarvan beducht te zijn, want het steunt alleen op waarheid en ondervinding - het wapen, dat tenslotte alle dogmata zal overwinnen.
* Boeddhisme is noch materialisme noch spiritualisme: het is iets heel anders, iets absoluut unieks - het gelooft niet in een ik-wezen en toch verwerpt het niet het eeuwige in de mens. Om te kunnen begrijpen wat dat wil zeggen, moeten wij al onze oude begrippen en etiketten over boord gooien en opnieuw beginnen met denken.

De Boeddha-figuur om het omslag van Saddharma stelt Amida voor, de Boeddha van het Oneindige licht, gezeten in de handhouding van meditatie. Het achttiende-eeuwse Japanse beeld bevindt zich in het Rijksmuseum voor Volkenkunde in Leiden. Fotografe: Else Madelon Hooykaas.

